

きたうら

7月2日、古江浜港湾用地にて4年ぶりに操法大会が開催されました。

操法に出場した要員は、仲間や団員を支える家族が見守る中、日頃の訓練の成果を披露しました。

結果は、4部（歌糸）が優勝、11部（下塚）が準優勝、2部（市振）が3位でした。

もくじ

- P2 きたうら納涼花火大会、健康よもやま話
- P3 ワークロイド稲作実証事業、保育所等就職準備支援事業、海水浴場一斉清掃
- P4 マイナポータル、プレミアム商品券について
- P5 新型コロナウイルス感染症への対策
- P6 きたうらわかば
- P7 図書館だより
- P8 せせらぎ号、行事予定、北浦町の人口、各課室の電話番号

第 37 回きたうら納涼花火大会を開催します！

「第 37 回きたうら納涼花火大会」を令和5年8月16日（水）に開催します。

会場では、出店やステージイベントも行う予定です。北浦町の夏の夜を彩る花火大会をぜひお楽しみください！



日 時 令和5年8月16日（水）
15:00～21:00
(花火打上 20:00～20:30)
※荒天時は翌日8月17日（木）に順延
場 所 古江港

※会場周辺の駐車場には限りがあります。また、周辺の道路も混雑が予想されますのでご理解、ご協力をお願いします。

※会場内でのバーベキューなどの行為は禁止されています。また、場所取りなどもご遠慮ください。

※花火大会当日は古江港周辺に航行制限を設けています。当日の18:00～21:00の間は古江港への船舶の出入りは出来ませんのでご協力をお願いします。

お問い合わせ 地域振興課 ☎ 45-4238



北浦診療所 日高所長の 健康よもやま話



テーマ『脂質について その1』

今回からは脂質についてです。脂質というと、油、ということで、カロリーが高いとか太るとかのイメージがあります。脂質は摂りすぎは良くないけど、実は身体にとっては欠かせない栄養素のひとつであり、摂り方が大事なのです。脂質はまずは効率の良いエネルギーの元になります。また体を構成する細胞の膜やホルモンの元になったり、脂溶性ビタミンの吸収をよくしたり、体温を保つ、内臓を保護するなどの良い面も多いのです。しかし摂りすぎると動脈硬化症の原因や脂質異常症など生活習慣病の原因にもつながります。従って良い脂質を適度に摂ることが大事なのです。大きく分けると、常温で固まりやすい飽和脂肪酸と、常温で固まりにくい不飽和脂肪酸に分け

られますが、特に前者は摂りすぎると先にあげた種々の病気の原因となります。また後者はむしろ体に必要なものも多く、摂った方が多いものが多いのです。その詳しい話はまた次回に。

8月の診療所予定

8月の診療所予定ですが、毎週水曜午後は往診等のため休診となります。26日は第4土曜日で、また11日（金曜）は祝日で、14日（月曜）、15日（火曜）は盆休みのため休診となります。よろしくお願いします。

お問い合わせ 北浦診療所 ☎ 45-3331

ワークロイドを活用した米粉用稲作実証事業の取組状況

5月16日に『雷鳥1号』を投入した古江地区の水田で行っている稲作実証事業（支所だより6月号掲載）については、初の試みということもあり当初は不安もありましたが、現在、右の写真のように順調に育っています。

今後、稲刈りの時期には、新たなワークロイド『雷鳥2号』による収穫も行われる予定です。

【4/15に直播した稲の生育の様子】



お問い合わせ 産業建設課 ☎ 45-4236

保育所等就職準備支援事業

延岡市は保育士・幼稚園教諭として働く方を応援するため、新たに市内の保育施設で働くことが決まった方に、無利子で就職準備金を補助します。

【貸付額】 最大50万円（転居費用や通勤用の車の購入費用などにご活用ください。）

【返還免除】 市内で同一法人施設に5年間勤務すると、返還が免除されます。

【貸付条件】 令和5年度に以下に該当する方が対象です。

- ① 保育士資格または幼稚園教諭免許を取得見込みの方
- ② 市内の認可保育所・認定こども園・私立幼稚園に採用が内定した方
- ③ 新たに常勤職員（月に120時間以上勤務）として働く方
- ④ 延岡市に在住、または就職後1ヶ月以内に転入する方
- ⑤ 市税を滞納していない方
- ⑥ 5年以上継続して勤務する予定の方
- ⑦ 今までに当事業により貸付を受けていない方

※ 今年度より、延岡市外の保育所等施設で働いている方、もしくは離職後一年以内の方も対象となりました。

【募集人数】 30人

【申込方法・申込期間】 内定した施設に申請・令和6年3月31日まで

お問い合わせ こども保育課 ☎ 22-7017

令和5年度下阿蘇海水浴場一斉清掃が行われました！

6月24日に、きたうら風景海道推進協議会（鍋田荘一郎会長）の主催で、下阿蘇海水浴場の一斉清掃が行われました。休日にも関わらず、個人、団体を合わせて65名のボランティアの皆さまに参加していただき、砂浜に漂着したごみを収集しました。

海開きを前に快水浴場百選の特選にふさわしい綺麗な海水浴場になりました。

ご参加いただいた皆さま、ご協力ありがとうございました。



お問い合わせ 地域振興課 ☎ 45-4238

「マイナポータル」でさまざまな情報を確認することができます

マイナポータルとは、政府が運営するオンラインサービスのことで、登録した公金受取口座の情報や、健康保険証利用の申し込み状況についてマイナポータルに対応するスマートフォン等をお持ちの方は手軽に確認することができます。

【確認方法】

※スマートフォンをご利用の際には、事前にスマートフォンへ「マイナポータルアプリ」をインストールしてください。



(android)



(iPhone)

○公金受取口座

QRコードからマイナポータルサイトに移動し、トップ画面の「注目の情報」の下にある「公金受け取り口座の登録・変更」から登録口座を確認することができます。登録口座の変更や削除も可能です。

○健康保険証

トップ画面の「注目の情報」の下にある「最新の健康保険証情報の確認」から詳細情報を確認できます。



(マイナポータルサイト URL QRコード)

スマートフォンの操作が困難な方・スマートフォンをお持ちでない方は、市役所1階の特設ブースで確認することもできます。特設ブースでのお手伝いを希望される方は、以下のものをご準備のうえお越しください。

- マイナンバーカード
- マイナンバーカードを作成した際に設定した4ケタの暗証番号

お問い合わせ 市民課 ☎ 22-7015

『もっと使おやっ!のべおかプレミアム商品・サービス券』予約受付中!

「使おやっ!のべおかプレミアム商品・サービス券」(受付終了)に引き続き、「もっと使おやっ!のべおかプレミアム商品・サービス券」を販売します。この2回を合わせて最大8セットまで購入予約が可能です。

プレミアム商品・サービス券の詳細

- ・発行セット 60,000 セット 紙版 47,000 セット / 電子版 13,000 セット
- ・1 セット 6,500 円分 (5,000 円で購入できます)
- ・購入上限
 - 「使おやっ! (6/26 ~ 7/10 購入予約分) に当選された方
最大4セットまで (申込多数の場合は、抽選となります)
 - 「使おやっ! (6/26 ~ 7/10 購入予約分) に当選されなかった方 /
初めて購入予約をする方
最大8セットまで (4 セットまでは必ず購入できます。残り4セットは申込多数の場合は、抽選となります)
- ・申込方法
 - ・WEB 申込み
 - ・はがき (63 円切手必要) による申込み
※市役所総合案内、三北総合支所、各支所や市内スーパーに
チラシ付専用はがきを設置します。ご利用ください。
詳細は市ホームページをご確認ください。

8/14(月)
必着!



延岡市 HP

お問い合わせ 商業・駅まち振興課 ☎ 34-7841

新型コロナウイルス感染症への対策

【5 類移行後の対策】

コロナウイルスの感染症法上の位置づけが 5 類へ移行し、国や県の取り組みが変更になりましたが、専門家は今年も夏と冬の感染拡大を予想しています。

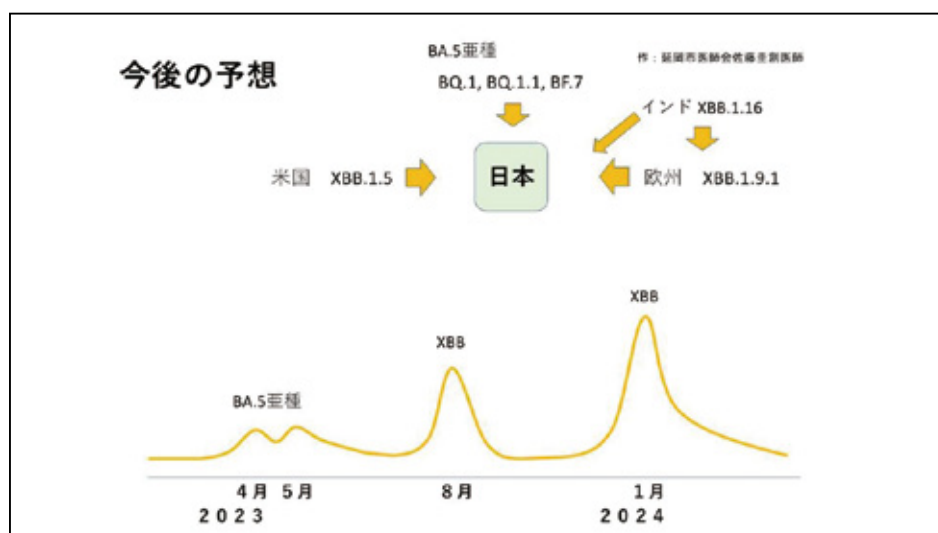
延岡市は深刻な医師不足などの状況にあることから、延岡市医師会と協力して週 1 回は感染情報を市ホームページや市公式 SNS などで行います。また、感染者が急増する場合は延岡市独自の警報・注意報を発出します。延岡市医師会のホームページでも毎日の感染者数の把握ができます。

【感染拡大時への備えをお願いします】

<感染予防対策の徹底・食料品や医薬品の備蓄>

7 月以降、市内の感染者数は増加しており、7 月中旬～8 月下旬にかけて爆発的に増加することが懸念されます。

一人ひとりが基本的な感染予防対策（場に応じたマスクの着用・手指衛生・換気・人との距離の確保など）を心がけ、日頃から 1 週間程度の食料品（水・ゼリー飲料なども含む）や医薬品（解熱鎮痛剤・整腸剤など）の備蓄をお願いします。



夜間急病センター等へのコンビニ受診を控え、平日の日中にかかりつけ医へ受診しましょう

【発熱等の症状がある場合の対応】

医療機関の受診	検査・受診	対 処
希望しない	検査キットでの自己検査 ※政府承認の検査キットを使用	【陽性の場合】 発症翌日より 5 日間かつ症状軽快から 24 時間は外出を控えることが推奨されます。 ※受診を希望しない場合であっても、症状が重い場合は受診を検討 【陰性の場合】 体調の異変が続いている場合は、基本的な感染予防対策（不織布マスク着用、手指衛生など）を継続
希望する	かかりつけ医または近医に受診 ※事前に必ず電話をする ※受診時は不織布マスク着用等の感染予防対策をとる	

◆受診する医療機関に迷う場合や、自宅療養中に体調が悪化した場合の相談窓口

【宮崎県新型コロナウイルス感染症相談窓口】 電話 0985-78-5670（24 時間対応）

お問い合わせ 延岡市新型コロナウイルスワクチン接種推進本部(事務局:地域医療政策課) ☎22-7066

令和5年度入学式

4月12日に令和5年度の入学式が行われました。小学部1名、中学部2名の合計3名の新入生を迎え、全校児童生徒40名がようやくそろいました。お忙しい中にもかかわらず、地域等から15名の来賓の方にお越しいただき、心温まる言葉かけをいただきました。その後、児童・生徒代表歓迎の言葉では、小学部全員がステージ前に並び新入生が楽しみになるような呼びかけを行いました。また、中学部代表が演台のところから新入生に進学した心構えを促す言葉かけを行いました。

本当にありがとうございました。



三川内小中学校 運動会

5月21日、令和5年度の運動会は、夏の到来を思わせる快晴のもとでコロナ禍前の形で行われました。子どもたち一人ひとりの懸命な走り、上級生が下級生に優しく教えながら取り組んだ全校ダンス、一生の思い出に残る親子団技など、見る者の心を弾ませる光景の連続でした。子どもたちをはじめ、保護者や地域の方々、全員が充実感に満ちあふれた表情でした。運動会、大成功～!!



MKD作戦・ホタル保護活動に関する講話

5月26日、18時30分から20時まで、三川内小中旧体育館で、「MKD作戦・ホタル保護活動に関する講話」が行われました。25年前、理科の教科担任として三川内中学校に勤務していた窪田雅文さんが、当時のホタル保護活動についてのお話を三川内小中学校の家庭教育学級で行ったものです。当時の中学生であった子どもたちが親世代になっており、駆け付けた教え子らの同窓会的な雰囲気の中で、ホタルの減少を懸念した生徒たちが河川清掃を始めたことなどを振り返られました。当時の生徒が書いた作文や短歌、英語弁論などが示され、持続可能な開発目標（SDGs）の先取りのような、教科書では知ることのできない三川内ならではの学びについて紹介いただきました。これを機会に、地域ぐるみで続く河川清掃がバトンとして受け継がれていくものと確信しています。



田植え

6月13日の5・6校時に全校児童で「田植え」を行いました。天候の関係で8日から延期しての田植えでしたが、児童は張り切っており、曇り空のもと、力を合わせて上手に苗を植えていきました。途中で転んでしまい泥だらけになる児童もいましたが、グループごとにまとまって熱心に取り組んでいました。田んぼの持ち主の内田さんからお話をいただいた後、最後に、全員で集まって達成感のある笑顔で記念写真に写りました。



おすすめの本

TRC Marc
より



宮部みゆき 著
角川文化振興財団
KADOKAWA (発売)

ほんぽん彩句

俳句という僅か17音で作られた世界の奥にはどんな物語が潜んでいるのか。孤独な女性のやり場のない想いを描く「枯れ向日葵呼んで振り向く奴がいる」など、繊細で彩り豊かに輝く全12編を収録する。『俳句』掲載を加筆修正。



武内涼 著
新潮社

厳島

兵力わずか四千の毛利元就軍が二万八千の陶晴賢軍を打ち破った「厳島の戦い」。名勝負の影には壮絶な人間ドラマがあった。毛利元就と弘中隆兼の対照的な2人の武将を通して人間の矜持を問う歴史巨編。『産経新聞』連載を改稿。



保坂祐希 著
講談社

「死ね、クソババアー!」 と言った息 子が55歳になっ て帰ってきま した

75歳の晴恵は両親が遺した鎌倉の家に一人暮らし。息子達彦は「死ね、クソババア!」と捨て台詞を残して家を出て以来、ほとんど音信不通。だが、終活を意識し始めた晴恵の元に、55歳になった達彦が離婚して帰ってきて…。



神田裕子 著
すばる舎

パートナーが発達 障害かも? と思っ たときに読む本 カサンドラさんの葛藤・ 悩みを解決!

カサンドラ症候群に陥った人々を30年以上上目の当たりにしてきた心理カウンセラーが、自身の体験や学術研究、ケーススタディ、悩みを持つ人々へのインタビューをもとに、発達障害のある人への接し方を解説する。



文藝社
たなかひかる 著
(ふしぎ体験シリーズ)

しりながおばけ

白くて細長いおばけ。前から見ると、ふつうのおばけ。でも横から見ると、おしりが長い、しりながおばけで…。『おばけのかわをむいたら』シリーズ第2弾。しりながおばけシールつき。



講談社
(講談社の創作絵本)
澤野秋文 著

かいじゅう たくはいびん すきらいはだめ!

きれいな野菜とにらめっこしていると、突然、大きなたまごのお届けものが! くいしんぼうのたまごに食べ物あげているうちに、たまごはどんどん成長していき…。さがし絵も楽しめる絵本。

8月の イベント

おりがみ教室!

月日 8/11金、12 土
時間 10:00 ~ 16:00

場所 北浦分館カウンター前
対象 幼児~小学生



お問い合わせ

延岡市立図書館 北浦分館 ☎ 45-2466

移動図書館車せせらぎ号 8月運行予定・休館日

8/8 火

宮野浦（分校跡）	10：45～11：15
直 海（漁村センター）	14：00～14：20
地 下（地下公民館）	14：30～14：50
結いの里	15：00～15：20

8/9 水

本 村（千寿園）	11：30～11：50
----------	-------------

8/10 木

大 井（農業集落センター）	10：30～10：50
梅 木（生活改善センター）	10：55～11：15
市尾内（営農研修センター）	11：25～11：45

8/22 火

宮野浦（宮野浦保育所・分校跡）	10：45～11：30
けあビジョンホーム延岡北浦	13：00～13：30
北浦臨海パーク	13：50～14：20
地 下（地下公民館）	14：30～14：50

8/23 水

古 江（古江保育所）	10：45～11：15
本 村（千寿園）	11：30～11：50
市 振（双葉保育所）	13：00～13：30

8/24 木

大 井（農業集落センター）	10：30～10：50
梅 木（生活改善センター）	10：55～11：15
市尾内（営農研修センター）	11：25～11：45

8/25 金

歌糸（慈光保育園・慈光保育園正面駐車場）	10：45～11：20
三川内（日高スタンド前）	11：30～11：50
本 村（きずな）	12：30～12：50
道の駅 北浦	13：00～13：30

◆図書館休館日：8/4 金、7月、14 月、21 月、28月

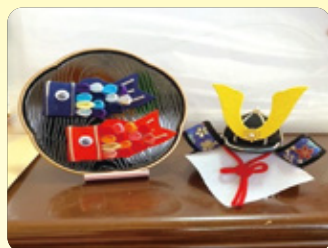
◆開 館 時 間：火曜日～金曜日 午前9時～午後7時 土・日・祝日 午前9時～午後5時

お問い合わせ 延岡市立図書館 北浦分館 ☎ 45-2466

公民館講座

「つまみ細工作り教室」受講生募集

公民館講座を下記のとおり開催します。伝統工芸のつまみ細工に挑戦してみませんか。今年は、五月人形作りです。なお、定員になり次第募集を締め切らせていただきます。



講 座 名	回	期 日	時 間（場所）	備 考
つまみ細工作り教室 （6回） 講 師：田口 清美さん	1	8/24 木	19:00～20:30 （北浦公民館）	対象者：一般 締切日：8月8日 定 員：15名 材料代：1,500円
	2	8/31 木		
	3	9/21 木		
	4	9/28 木		
	5	10/12 木		
	6	10/19 木		

お問い合わせ 教育委員会北浦分室 ☎ 45- 3040

行政相談

日 時 8/9 水 10:00～13:00

場 所 北浦公民館

■北浦町の人口と世帯数

令和5年7月1日時点
（前月比）

男	1,532（-3）
女	1,556（-3）
計	3,088（-6）

世帯数 1,575 世帯（0）

■北浦総合支所

地域振興課

総務防災係 … 45-4233

地域振興係 … 45-4238

市民サービス課

……………45-4228

産業建設課

…………… 45-4236

教育委員会北浦分室

…………… 45-3040